

## MALESTAR SUBJETIVO Y SÍNTOMAS FÍSICOS: ¿UNA RELACIÓN INDISOLUBLE?

**Autores:** Maria Cristina Posada & Claudia Castañeiras

**e-Mail:** mcposada@mdp.edu.ar

**Categoría/Palabras clave (Keywords):** Técnicas y procesos de evaluación psicológica / ansiedad- depresión- síntomas físicos

### *Resumen*

Las relaciones entre lo somático y lo psicológico, particularmente, lo que hace a la emocionalidad en el plano de la salud, han sido motivo de innumerables desarrollos y debates sobre la naturaleza y el padecimiento humano. Sin embargo aún en la actualidad no se cuenta con datos empíricos suficientes que aporten claridad sobre en qué medida y de qué manera estos aspectos participan en la experiencia de salud-enfermedad. De hecho, la ansiedad, la tristeza-depresión y la ira son reacciones emocionales básicas que se caracterizan por una experiencia afectiva desagradable o negativa y alta activación fisiológica. Estas reacciones son experimentadas por todos los seres humanos en múltiples situaciones, y se considera que preparan al individuo para dar una respuesta adaptativa a las demandas de la situación. Pero en ocasiones se observa un desajuste en la frecuencia, intensidad o duración de estos estados que puede resultar patognomónico y generar distintos grados de severidad psicofísica. Así, las reacciones emocionales pueden alcanzar niveles de activación fisiológica intensos, que si se cronifican provocan desajustes en nuestra salud. También ello puede asociarse con distintos grados de inmunodepresión, lo que incrementa la vulnerabilidad a enfermar. Ejemplo pueden ser los pacientes hipertensos, asmáticos, o con dermatitis, que presentan en general mayores niveles de ansiedad e ira que la población general. Por otro lado, es evidente que las emociones influyen sobre la salud y la enfermedad a través de sus propiedades motivacionales, por su capacidad para modificar las conductas "saludables" (ejercicio físico moderado, dieta equilibrada, descanso, ocio, etc.) y "no saludables" (abuso de alcohol, tabaco, sedentarismo, etc.).

El objetivo de este estudio fue evaluar empíricamente la relación entre síntomas físicos y malestar subjetivo (ansiedad y depresión) en población general. La muestra bajo estudio quedó conformada por 550 sujetos de población no clínica; se administraron el Inventario de Depresión de Beck (BDI), el Inventario de Ansiedad (STAI Estado-Rasgo) y la Escala de Síntomas Físicos (ESS-R) en forma colectiva en un único encuentro. Los resultados pusieron en evidencia relaciones positivas y significativas entre síntomas físicos y malestar subjetivo autopercebido en población general, avalando las hipótesis dimensionales sobre las variables estudiadas.